

ABSTRAK

Nurafni Intan Syahrani. Gambaran Asupan Makan dan Kontribusi Makanan Jajanan dengan Status Gizi Siswa/i Kelas X SMA IP-ICBS Riau. Dibimbing oleh Fitri, SP, MKM dan Yessi Alza, SST, M. Biomed

Berdasarkan data Studi Diet Total (SDT) tahun 2014, persentase kecukupan energi pada umur 13-18 tahun di Indonesia sebesar 72,3%. Pentingnya melakukan pemenuhan zat gizi yang berkualitas guna mengoptimalkan fase perkembangan fisik dan kognitif. Makanan jajanan menjadi salah satu jenis makanan yang memiliki kontribusi nyata terhadap pemenuhan kebutuhan, dengan kontribusi pemenuhan kecukupan energi sebesar 10-20%. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran asupan makan dan kontribusi makanan jajanan terhadap status gizi siswa/i kelas X SMA IP-ICBS Riau. Metode penelitian menggunakan penelitian deskriptif dengan desain penelitian *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode *total sampling* dengan jumlah sampel sebesar 70 orang. Pengambilan data asupan makan dan kontribusi makanan jajanan menggunakan *recall* 1x24 jam, dan penentuan status gizi diperoleh dari pengukuran antropometri. Variabel kemudian dianalisis dan disajikan dalam bentuk tabel frekuensi dan tabulasi silang. Hasil penelitian menunjukkan asupan makan responden pada tingkat defisit (41,4%), normal (37,1%), dan lebih (21,4%). Kontribusi makanan jajanan dengan kategori kurang (8,6%) dan cukup (91,4%). Variabel status gizi, dengan kategori kurang (2,9%), baik (58,6%), lebih (18,6%) dan obesitas (20%). Kesimpulannya asupan makan responden defisit (41,4%), kontribusi makanan jajanan cukup (91,6%) dan status gizi baik (58,6%). Saran dari penelitian ini adalah perlunya evaluasi terhadap kebijakan penyelenggaraan makanan disekolah.

Kata kunci : Remaja, Kontribusi Makanan Jajanan, Status Gizi, dan Asupan Makan

ABSTRACT

Nurafni Intan Syahrani. An Overview of Food Intake and Contribution of Snacks to the Nutritional Status of Grade X Students of SMA IP-ICBS Riau. Supervised by Fitri, SP, MKM dan Yessi Alza, SST, M. Biomed

Based on data from the Total Diet Study (SDT) in 2014, the percentage of energy sufficiency at the age of 13-18 years in Indonesia is 72.3%. The importance of fulfilling quality nutrition in order to optimize the phases of physical and cognitive development. Snacks are one type of food that has a real contribution to fulfilling needs, with a contribution of 10-20% to fulfilling energy adequacy. This study aims to determine the description of food intake and the contribution of snacks to the nutritional status of class X SMA IP-ICBS Riau. The research method uses descriptive research with a cross sectional research design. The sampling technique used the total sampling method with a total sample of 70 people. Retrieval of data on food intake and the contribution of snack foods using a 1x24 hour *recall*, and determination of nutritional status is obtained from anthropometric measurements. Variables are then analyzed and presented in the form of frequency tables and cross tabulations. The results showed that the respondents' food intake was at a deficit level (41,4%), normal (37,1%), and more (21,4%). The contribution of snack food was in the less (8,4%) and sufficient (91,6%) categories. Variable nutritional status, with less (2,9%), good (58,6%), more (18,6%) and obesity (20%) categories. In conclusion, the respondent's food intake was deficit (41,4%), the contribution of snacks was sufficient (91,6%) and the nutritional status was good (58.6%). The suggestion from this study is the need for an evaluation of the food administration policy in schools.

Keywords: Adolescents, Contribution of Snacks, Nutritional Status, and Food Intake